Tuvalet ve istibra Usulü

Talha Kasım

Şadırvan

Tuvalet ve istibra Usulü

Gavs-ı Sânî
Şeyh Seyyid
Abdülbaki
Elhüseyni (k.s.)
Hazretlerinin

Sadaka-i
Cariyesidir



Şadırvan : 3
Cep Kitapları Serisi: 3
yayin@semerkand.com
ISBN : 978-605-5455-61-3

Hazırlayan : Talha Kasım
Kapak : Mustafa Akbulut
İç Düzen : M. Vehbi Ümit
Baskı : Esen Ofset
İkitelli Organize Sanayi Bölgesi
Ziya Gökalp Mahallesi
Atatürk Bulvarı No: 55/G
34490 Başakşehir/İstanbul
Tel : 0212 549 25 68
(yaygın dağıtım)

Ekim 2012, İstanbul
11. Baskı

Bu eserin tüm yayın hakları
Semerkand Basım Yayın Dağıtım A.Ş.'ye aittir.

GENEL DAĞITIM



TÜRKİYE: Eyüpsultan Mah. Esma Sokak. No.7/A Samandıra-Sancaktepe-İstanbul
Tel: 0216 564 26 26 **Faks:** 0216 564 26 36 online satış: www.semerkandpazarlama.com



AVRUPA Erol Medien GmbH Kölner Str. 256-51149 Köln **Tel.:** 0 22 03 / 36 94 90
Fax: 0 22 03 / 36 94 910 **Online Satış:** www.onlinefuar.de **E-Mail:** info@erolmedien.de

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ 5
İSTİNCÂ..7
TUVALETE GİRMEDEN ÖNCE
YAPILMASI GEREKENLER 8
Üzerinde Âyet, Hadis Gibi Hürmet Edilen
Şeylerle Tuvalete Girmemek 8
Kılık Kıyafet Tertibi..9
Tuvalete Girmezden Evvel Okunacak Dua 9
Tuvaletten Çıkınca Okunacak Dua 10

TUVALETTE YAPILMASI GEREKENLER 11
İstincadan Önce..11
İstincânın Su ile Yapılması 11
Tuvalet Kâğıdı Kullanmanın Hükmü? 12
İstincâ Sol Elle Yapılmalıdır..............................14
İstincânın Yapılışı...15
İstincâ Biterken 17
Tuvaletin Temiz Bırakılması 17
Tuvaletten Çıkınca Elleri Yıkamak.....................18

Dikkat Edilecek Bazı Hususlar 18
İstirahat Mahallerine ve Yollara Abdest
Bozmamak 19
Tuvalette Ön ve Arkayı Kıbleye Çevirmemek 19
Uyku ve Yellenmeden Dolayı İstincâ Yapmak
Gerekir mi? 20
Suyu İsraf Etmemek 21

İSTİBRÂ...22
İdrar Yolları Anatomisi 23
Tenasül Uzvundan Gelen Sıvılar.....................26
Müslümanlar İçin İstibrânın Önemi 27

İSTİBRÂ USULLERİ ve
İŞEME FONKSİYONU 28
Sıvazlama Metodu 29
Beklemek Suretiyle 32
Vesvese'den Kurtulmak İçin 33

İSTİBRÂDA NELERE DİKKAT EDİLMELİDİR? ..35
Ayakta Bevletmemek 35
Çömelerek İdrar Yapmanın Yararları...............37
Dikkat Edilmesi Gerekenler 38
Zâhir ve Bâtın Edeplerine Uymak 39

ÖNSÖZ

Bismillâhirrahmânirahîm

Yüce dinimiz İslâm, insanın iç temizliğine verdiği önem kadar dış temizliğine de önem vermiştir. İslâm ile müşerref olan insan iman dairesine girip kalbini manevî kirlerden ve masivadan temizledikten sonra dışını da temizlemekle emrolunmuştur.

Yüce dinimizde ibadet yerinin, vücudun ve giyeceklerin temiz olması gibi mecburî temizlik kaideleri mevcuttur. İslâm dininin dayandığı temel, mânevî ve maddî temizliktir. Temizlenmenin mânevî yönü, Kurân-ı Kerîm'in çeşitli âyetlerinde belirtilmiştir.

Dinimizde farz kılınan çoğu ibadetin belli bazı temizlik (taharet) kuralları vardır. Esasen temizlik bir ibadet olmakla birlikte yüce Mevlâ'ya yapılan ibadetlerin en başındadadır. Hiç şüphesiz Allah Teâlâ'ya hakkı ile kulluk edebilmek ve O'nun rızasını kazanmak için temizlik şarttır.

Bu risalede beden temizliğinin en önemli kısmını oluşturan necasetten temizlenme (taharet); genel anlamıyla istincâ ve istibrâ konularına değineceğiz.

İSTİNCÂ

Büyük ve küçük abdest bozulduktan sonra yapılan temizlenmeye istincâ denir. İdrardan ve necasetten temiz olma, kurulanma anlamına gelen istibrâ da istincâ içinde incelenir.

İslâm fıkhında her şeyin bir usulü ve kaidesi olduğu gibi istincâ ve istibrânın da bir takım usul ve kaideleri vardır.

İstincânın hükmü, normal durumlarda, pislik, çıkış yerinin kenarlarına yayılmadığı sürece müekked (kuvvetli) sünnettir. Eğer pislik, çıkış yerinin çevresine yayılır ve bir bulaşma söz konusu olursa bunun suyla veya kullanılması uygun başka bir temizleyici ile temizlenmesi farzdır.

Buna göre ön ve arkadan normal olarak çıkan sidik, mezi veya dışkıdan hepsi için istincâ etmek yani temizlenmek vaciptir. Bu hususta kadın erkek aynıdır. Ancak ileride de bahsedeceğimiz üzere; kadınların istibrâ etmeleri gerekmez.

TUVALETE GİRMEDEN ÖNCE YAPILMASI GEREKENLER

Üzerinde Âyet, Hadis Gibi Hürmet Edilen Şeylerle Tuvalete Girmemek

Üzerinde sûre, âyet ya da âyetin bir bölümü, Allah, Muhammed gibi yazılı şeylerle tuvalete girilmesi mekruhtur.

Enes (r.a) demiştir ki: "Resûlullah helâya girince yüzüğünü çıkarırdı" (Ebû Davud) Zira Resûlullah'ın (s.a.v) yüzüğünün üzerinde "Muhammed Resûlullah -Allah Resûlü Muhammed-" yazılı idi.

Kılık Kıyafet Tertibi

Tuvalete girecek olan kişi girmeden evvel mümkünse çoraplarını çıkarmalı, ayaklarına necasetin bulaşmasını engelleyecek tarzda terlik benzeri şeyler giymeli, elbiselerinin eteklerini toplayıp paçalarını sıvamalıdır. Bu, kişinin tuvalet ihtiyacını daha rahat görmesine yardımcı olacak bir tedbirdir.

Tuvalete Girmezden Evvel Okunacak Dua

Tuvalete girmeden önce hafif bir sesle,

بِسْمِ اللهِ أَعُوذُ بِاللهِ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ

"Bismillah, Eûzu billâhi mine'l-hubsi ve'l-habâis" "Bismillah, her türlü pislikten ve iğrenç veren şeylerden Allah'a sığınırım" duası okunmalıdır.

Resûlullah (s.a.v) *"Tuvaletlerin (def-i hacetin) yapıldığı yerler, şeytan ve cinlerin meskenleridir. Tuvalete gideceğiniz zaman bu duayı*

okuyun…” (İbn Mâce) diyerek yukarıda zikrettiğimiz duayı okumamızı tavsiye buyurmuştur.

Bu duayı okumayı unutan kimse kalben Allah'tan şeytanların ve cinlerin şerrinden korunmayı dilemelidir.

Tuvalete sol ayakla girilip
sağ ayakla çıkılmalıdır.

Tuvaletten Çıkınca Okunacak Dua

Kişi tuvaletten çıktıktan sonra yüce Mevla'ya, kendisini eziyetten kurtarıp; rahata ve huzura kavuşturduğu için şu duayı okumalıdır.

Enes b. Mâlik anlatıyor: “Resûlullah (s.a.v) helâdan çıkınca,

غُفْرَانَكَ اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِى أَذْهَبَ
عَنِّي الأَذٰى وَعَافَانِي

“Gufrâneke, el-hamdü lillâhillezî ezhebe anni'l-ezâ ve âfânî”

“(Ey Allahım) Mağfiretini dilerim. Eziyet veren şeyleri benden giderip bana âfiyet veren Allah’a hamdolsun!” (İbn Mâce) derdi.”

TUVALETTE YAPILMASI GEREKENLER

İstincâdan Önce...

Tuvalete girmeden önce eller yıkanmalıdır. Tuvalete (büyük ya da küçük abdesti yapmak üzere) sol tarafa meyil verilerek oturulur. Kaza-i haceti görmeye başlamadan evvel sol ele bir miktar su alınarak makat mahalli ıslatılır. Böylece dışkının makat mahallinin etrafına fazlaca yayılması engellenmiş olur.

İstincânın Su ile Yapılması

Abdest bozduktan sonra yapılan temizliğe istincâ dendiğini zikretmiştik. Bunun su ile olması efdaldir. Ancak su bulunmadığı zaman dinen istincâ yapılması mübah olan şeylerle de yapılabilir.

Tuvalet Kâğıdı Kullanmanın Hükmü?

İstincâya yardımcı olması için tuvalet kâğıtların kullanılmasında bir sakınca yoktur. Ancak, sadece bu maksatla hazırlanmış kâğıtlar kullanılmalıdır.

Kâğıdın hürmetini unutmayarak kendisine yazı yazılabilecek veya bu amaca fayda sağlayacak kâğıtları kullanmaktan sakınılmalıdır.

Özellikle Avrupa toplumunda yaygınlaşmış olan, su kullanılmadan sadece tuvalet kâğıdı kullanılarak yapılan istincâya gelince, bunun tıbben birçok sakıncası vardır. Su ile yıkanmadan yapılan temizliğin ve bunun neticesinde makat bölgesinde oluşan bakteri ve pisliklerin birçok hastalıklara sebebiyet verdiği bilinmektedir. Nitekim bazı mantar hastalıklarının bu sebeple ortaya çıktığı doktorlar tarafından belirtilmektedir. Bu açıdan bakıldığında, kâğıdın bir temizlik aracı olmadığı sadece kurulama vazifesi gördüğü ortaya çıkar.

Resûlullah (s.a.v) İstincânın su ile yapılmasını birçok hadislerinde övmüşlerdir. Bunlardan biri de şöyledir:

Ebû Süfyân (r.a) anlatıyor: Bana Ebû Eyyûb el-Ensârî, Câbir b. Abdullah, Enes b. Mâlik anlattılar:

"Orada (Kûba Mescidi'nde ya da Mescid-i Nebevî'de) maddî ve manevî pisliklerden temizlenmeyi seven kimseler vardır. Allah da çokça temizlenenenleri sever" (Tevbe 9/108) âyeti nazil olduğu zaman Resûlullah (s.a.v),

"*Ey Ensar! Allah sizi temizlik hususunda övmektedir, (bu övgüye sebep olan) temizliğiniz nedir?"* diye sordu.

Onlar da,

"Biz namaz için abdest alırız, cünüplüğe karşı yıkanırız, su ile de istincâ yaparız!" dediler. Bunun üzerine Resûlullah (s.a.v), *"İşte övgü bunun içindir! Buna devam edin!"* (Ebû Davud) buyurdular.

Zikredilen bu âyet ve hadis-i şerif doğrultusunda müctehid âlimler su ile yapılan temizliğin (istincânın) en makbul ve faziletli temizlik olacağı hususunda görüş birliğe varmışlardır.

İstincâ Sol Elle Yapılmalıdır

Büyük ya da küçük abdest bozduktan sonra temizlik işi mutlaka sol el ile yapılmalıdır.

Hz. Selmân'ın (r.a) anlattığına göre, müşrikler kendisine, "Sizin arkadaşınızın (aleyhissalâtu vesselâm) sizlere helâda abdest bozmayı bile öğrettiğini görüyoruz" demişlerdir. O da onlara şöyle cevap vermiştir:

"Evet, doğrudur. Resûlümüz, bizi sağ elimizle istincâ yapmaktan nehyetti. Büyük veya küçük abdest bozarken, kıbleye yönelmekten de nehyetti..."

Ebû Katâde (r.a) anlatıyor: Resûlullah (s.a.v) buyurdular ki: *"Biriniz bevlederken zekerini (erkeklik uzvunu) sağ eliyle tutmasın, sağ eliyle istincâ etmesin..."* (Buhârî)

Sağ ele hürmeten onunla bazı kirli işlerin yapılması yasaklanmıştır: Bevl esnasında tenasül organını tutmak, istincâ yapmak yani avret mahallinin temizliğinde sağ eli kullanmak gibi.

Sağ el daha ziyade temiz olmayı gerektiren işlerde kullanılmak üzere kirletici kullanışlardan uzak tutulmuştur. Nitekim Resûlullah'ın (s.a.v) sağ elini yeme içme, verme ve alma gibi işlerde kullandığına dair birçok rivayet bulunmaktadır. İhtiyacı olmadan sağ elle bu yasaklanan şeyleri yapmak kimi âlimlere göre tenzihen kimilerine göre ise tahrimen mekruh sayılmıştır. Bu hususta kadın erkek ayrımı yoktur.

İstincânın Yapılışı

Kişi, büyük veya küçük abdestinin tamamen kesildiğine kanaat getirdikten sonra, önce sol eline su döker. İlken ön kısmını, (özellikle meni veya mezi gibi sıvıların bulaşması durumunda tenasül uzvuna bir ön yıkama yapması iyidir) sonra da arka tarafını, makadını yıkar. Bunu,

bacaklarının arası biraz açık ve vücudunun ağırlığının sol ayağının üzerine vererek yapması, temizliğini rahat yapması açısından kendisine büyük kolaylık sağlayacaktır.

Temizlik esnasında suyu ardı ardına döker. Sol eliyle ovar ardından biraz ara verir. Makadının tamamen temizlendiğine ve hatta kerih kokunun gittiğinden emin olana kadar bunu tekrarlar.

İstincâ yaparken sol el dışarıdan ve sol bacağın arasından geçecek şekilde, temizlenecek bölgeye uzatmak ve suyu sağ elle taşımak temizliğin kolaylığı ve maksadı açısından uygulanabilecek diğer bir yöntemdir.

Oruçlu olan kimse bu yıkamayı yaparken çok fazla aşırıya kaçmaktan sakınmalıdır. Zira makadından içeri suyun girmesi durumunda orucu tehlikeye girebilir.

Yıkama işi bittikten sonra ıslanan yerleri kurulamak müstehabdır. Bunun için bir bez veya tuvalet kağıdı kullanılabilir.

İstincâ Biterken...

İstincâ'da temizliğe fazla dikkat edip idrar ve benzeri pislik eseri bırakmamamaya da "İstinka" yani "Paklama" denir. İstincâ'dan sonra ayağa kalkmadan temiz bir bez parçası, tuvalet kâğıdı ve istincâda kullanılması caiz olan şeylerle makad kurulanmalıdır. Bunu da sol elle yapmalıdır. Böylece temizlik için kullanılan suyun kalıntılarını giderilmiş olur.

Tuvaletin Temiz Bırakılması

Üzerinde titiz davranılması gereken bir hususta tuvaletin ve etrafının temiz bırakılmasıdır. Yapılacak ufak bir temizlik hem sağlık hem de sonra kullanacakların hukuku açısından önemlidir. Bu sebeple, tuvaletten çıkmadan önce tuvalet taşını ve etrafını iyice su ile yıkamalı ve hatta haftada bir genel temizliğinin yapılmasını temin etmeliyiz. Günümüzde bir sifon çekmek kadar kolay olan bu temizliği ihmal etmemeliyiz.

Tuvaletten Çıkınca Elleri Yıkamak

Günlük hayatta insanın en çok kirlenen organlarının başında elleri gelmektedir. Bu açıdan el temizliği ayrı bir önem taşımaktadır. Tuvaletten çıkınca elleri yıkamak müstehabdır. Bunu sabun gibi temizleyici maddeler kullanarak yapmak daha da güzeldir. Böylelikle elde kalmış olabilecek kötü da koku giderilmiş olur.

Dikkat Edilecek Bazı Hususlar

Tuvalette sigara içilmesi, sakız çiğnenmesi tuvalet edep ve usulüne aykırı olduğu için mekruh görülmüştür. Ayrıca tuvalet taşına, büyük ya da küçük abdeste tükürmek, sümkürmek, lüzumu yokken edep yerine ve dışkıya bakmak, sağa sola bakınmak, misvak kullanmak, konuşmak, gereksiz yere, uzun müddet tuvalette beklemek de mekruhtur.

İstirahat Mahallerine ve Yollara Abdest Bozmamak

Resûl-i Kibriyâ Efendimiz insanların istirahat mahallerine ve yollara abdest bozmanın ne denli kötü olduğunu ve Allah'ın gazabını celbettiğini beyan etmek üzere şöyle buyurmuşlardır:

Hz. Ebû Hüreyre (r.a) anlatıyor: "Resûlullah (s.a.v), *"İki lânetten korkun!"* buyurdular. Ashab, "İki lânet de nedir?" diye sorunca, açıkladılar:

"İnsanların yollarına, gölgelendikleri (istirahat ettikleri) yerlere abdest bozanlardır!" (Müslim)

Tuvalette Ön ve Arkayı Kıbleye Çevirmemek

Allah (c.c) ibadet için kendisine yönelinen yer olması hassasiyetiyle Kâbe'yi, mükerrem bir ev olarak yaratmıştır. Ayrıca Kâbe, müslümanların Allah'a ibadet maksadıyla haccettikleri kutsal bir mekândır. Resûlullah (s.a.v) gerek fiilî ve gerekse kavli olarak birçok hadislerinde Kâbe'nin ne kadar mukaddes bir yer olduğunu belirtmişlerdir.

Ebû Eyyûb (r.a) anlatıyor: Resûlullah aleyhissalâtu vesselâm buyurdular ki: *"Helâya gittiğiniz vakit, (abdest bozarken) kıbleye ne önünüzü ne de arkanızı dönmeyin..."* (Buhârî)

Kadınların, çocuklarını kıbleye karşı tutup tuvaletlerini yaptırmaları da mekruh olarak görülmüştür.

İstincâda dikkat edilmesi gereken edeplerden biri de def-i hacetini açık arazide giderme mecburiyetinde kalan birinin bunu, kimsenin göremeyeceği; çalılık, tümseklik, kuytu gibi yerlerde yapmasıdır.

Uyku ve Yellenmeden Dolayı İstincâ Yapmak Gerekir mi?

Uyku veya yellenmekten dolayı taharetlenmek gerekmez. Zira uyku ve yellenmede pislik söz konusu değildir. Bizzat Resûl-i Ekrem (s.a.v) uyku ve yellenmeden dolayı taharetlenmeyi (istincâ yapmayı) yasaklamıştır.

Suyu İsraf Etmemek

Maksadı temizlik olsa bile suyu israf etmek mekruhtur. Esasen dinimiz her hususta israfı yasaklamıştır. Nitekim bir âyeti kerimede,

"Yiyin, için fakat israf etmeyin; çünkü Allah israf edenleri sevmez" (A'râf 7/31) buyrulmuştur.

Beden temizliğinde, zikrettiğimiz istibrâ ve istincâ usulleri uygulandıktan sonra fazla abartıya gidilmemelidir. Gerekli temizlik işlemleri yapıldıktan sonra abdest alınabilir.

Temizlik yaparken vesveseye düşüp aşırı su kullananlar hakkında Resululllah (s.a.v) bir hadislerinde şöyle buyurmuşlardır:

Übey İbn Ka'b (r.a) anlatıyor: Resûlullah aleyhissalâtu vesselâm buyurdular ki: *"Abdest (temizlik sırasında) vesvese veren bir şeytan vardır. Adı da el-Velehân'dır. Öyleyse suyun vesvesesinden(su kullanırken düşülen) kaçının"* (Tirmizî).

İSTİBRÂ

İstibrâ küçük abdest bozduktan sonra idrardan kurtulmak, ondan temizlenmek, idrardan sonra gelen sızıntıyı gidermek demektir.

Dini hükümleri yerine getirmekle yükümlü olan her erkeğin, idrarının eserinin kalmadığına kalbi kanaat getirinceye kadar istibrâ yapması lâzımdır.

Kişi sadece idrarını yapmak üzere tuvalete girecek olsa dahi, tuvalete girmezden evvel, hafif bir sesle,

بِسْمِ اللهِ أَعُوذُ بِاللهِ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ

"Bismillah, Eûzu billâhi mine'l-hubsi ve'l-habâis" "Bismillah, her türlü pislikten ve iğrenç veren şeylerden Allah'a sığınırım" duasını okur ve sol ayakla tuvalete girer.

Tuvaletten sağ ayakla çıkar ve çıktıktan sonra da,

غُفْرَانَكَ اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِي أَذْهَبَ
عَنِّي الْأَذَى وَعَافَانِي

"Gufrâneke, el-hamdü lillâhillezî ezhebe anni'l-ezâ ve âfânî"

"(Ey Allahım) Mağfiretini dilerim. Eziyet veren şeyleri benden giderip bana âfiyet veren Allah'a hamdolsun!" (İbn Mâce) diye duada bulunur.

İdrar Yolları Anatomisi

İdrar, böbrekten süzüldükten sonra göbek altında mesane denen idrar torbasında toplanır. İdrar torbası ile idrarı çıkaran delik arasında *uretra* denen işeme kanalı bulunur. İşte, istibrânın uygulandığı organ bu olup uzunluğu erkekte 16-18 cm ve kalınlığı 8 mm çapındadır. Kadında 2,5-4 cm uzunluğunda ve 8 mm çapındadır.

Kadının işeme kanalının kısa olması ve yapısal doğrultusunun düz olmasından dolayı kadınların istibrâ yapmaları gerekmez, çünkü kısa boyu ve yer çekimi kuvvetiyle içerisinde idrar kalıntısı olmaz. Bu sebeple kadınlar idrar yaptıktan sonra biraz beklerler. Taharet yapıp kurulanırlar. Böylece idrar damlaması olmaz.

Fakat erkekte durum farklıdır. Zira idrar yolunun yapısından dolayı idrar yaptıktan sonra, idrar kanalında her zaman idrar kalıntısı bulunur.

İdrar kanalının bir diğer görevi ise meniyi (sperma) dışarı atmaktır. Cinsel faaliyet ve üreme ile ilgili bu hâdise cinsel organların idrar atım yollarıyla ilgilidir Bu sebeple, erkeklerde boşalmadan hemen sonra gusletmek yerine, bir süre beklemek veya daha da iyisi tuvalete gitmek ve bu şekilde meninin idrar yolundan tam olarak tahliyesi, temizlenmesi gerekir. Malûmdur ki, guslü olmayanın ne namaz abdesti olur ne de ibadeti.

İşeme kanalı idrar torbasından hemen sonra prostat (kestanecik) denen salgı bezinin içerisine girer. Daha sonra aşağıya doğru ilerler. Burada yönü dikeydir. Sonra aşağı ve öne doğru seyreder ve tenasül organının içerisine girer. İdrar çıkış deliğinde sonlanır.

İdrar atım kanalında dört dar ve üç geniş yer vardır. Normal hallerde idrarın akmasını engelleyen iki adet büzücü kas bulunur. Bunlardan birisi mesanenin hemen çıkışında diğeri de prostat girişindedir. Bilhassa prostat girişinde olan dış büzücü kas, idrar atılışında önemli vazife görür. Bu kasın hastalıklarında veya beyin, omurilik gibi nörolojik hastalıklarda, kuvvetli öksürme, ağır kaldırma gibi zorlama hareketlerinde idrar tutamama şikâyetleri olur. İdrar, damlalar halinde kendiliğinden akar. Bu durumda özürlü namaz kılma durumu gündeme gelir.

İşte, işeme kanalının bu yapısal doğrultusu ve büzücü kasların fonksiyonu nedeniyle idrar

kanalında, her zaman bir miktar bakiye idrar kalır ve istibrâ yapılmasını gerekli kılar.

Not: Özürlü durumlarda her namaz vakti için ayrı abdest alınır ve bu abdest ile tüm ibadetler yapılabilir.

Tenasül Uzvundan Gelen Sıvılar

Tenasül uzvundan gelen sıvılar meni, mezi ve vedi olmak üzere üç çeşittir.

a) Meni: Şehvetle yerinden ayrılıp, şehvetli veya şehvetsiz olarak tenasül uzvundan dışarıya çıkan ve kendine mahsus kokusu olan beyaz renkli koyu bir sıvıdır.

b) Mezi: Tenasül uzvunun intişarından sonra, şehvetsiz olarak gelen beyaz renkli ince sıvıya denir.

c) Vedi: Küçük abdestten sonra gelen, kokusuz, beyazımsı bulanık yapışkan sıvıdır.

Meni, mezi ve vedi her üçü de necistir. Diğer necasetlerde olduğu gibi, elbiseye ya da

vücuda bulaşan, el ayası kadar olan miktarı namazın sıhhatine engeldir.

Ancak, mezi ve vedi abdesti bozarsa da gusül yapmayı gerektirmez. Meninin ise şehvetle yerinden ayrıldıktan sonra, şehvetli veya şehvetsiz olarak dışarıya çıkmasıyla gusül abdesti gerekir.

Müslümanlar İçin İstibrânın Önemi

İstibrâ usulü her insanın bünyesine ve yaşına göre değişiklikler arzedebilir. Bekleyerek, biraz yürüyerek, hareket ederek ve öksürerek yapılabilir.

Nebî (s.a.v) bir hadis-i şeriflerinde, *"İdrardan korununuz; çünkü kabir azabının çoğu ondandır"* (Taberânî) buyurarak idrardan sakınmanın önemine işaret etmişlerdir.

İstibrâ hususunda özellikle namaz kıldıranlar çok dikkatli olmalıdırlar. Onların kıldırdıkları namazların sahih olmaması cemaatin namazının da sahih olmaması demektir.

Şebîb Ebî Ravh kanalıyla, sahabelerden biri anlatır: Resûlullah (s.a.v) bir sabah namazı kıldırmış ve Rûm suresini okumuştu. Ancak bazı yerlerinde takılmış, karıştırmıştı. Resûlullah (s.a.v) namazı bitirip arkasını döndüğünde, *"Bir takım kimselere ne oluyor ki bizimle beraber namaz kılıyorlar da güzelce temizlenmiyorlar. Şüphesiz Kur'an'ı karıştırmamıza sebep olan işte onlardır"* (Nesâî) buyurarak, gerek istibrânın gerekse genel temizliğin ibadetlerin sıhhati açısından ne kadar önemli olduğunu belirtmiştir.

İSTİBRA USULLERİ ve İŞEME FONKSİYONU

İdrar yapma isteği gelince, karın kasları kasılarak idrar kesesine baskı yapmak suretiyle mesanenin kasılmasına neden olur. Beyinden gelen sinirsel emirlerin ve omurilikteki işeme merkezinin sinirsel uyarımlarıyla mesane çıkışı büzücü kası gevşer ve idrar işeme kanalına geçer ve buradan dışarıya tazyik ile atılır.

İdrar bitince bu olayların tersi olur. Mekanizma geriye doğru çalışır. Büzücü kas kasılır, mesane ile işeme kanalının irtibatını keser. Bu sırada tenasül organının kökündeki kaslar bir-iki defa kasılarak kanal içerisindeki kalıntı idrarı, ileri sevkederek dışarı atmaya çalışır, fakat bir miktar idrarın kanalda kalmasına mani olamaz.

İşte yapılacak istibrânın amacı, işeme kanalında kalan bu artık idrarı dışarı atmaktır. Bazı kimselerde bu kanal biraz beklemekle boşalır. Bazı kimselerde ise atılmayıp damla damla akmaya devam eder. Bu kalıntı idrarın kesilmesinden önce abdest alınırsa, daha sonra idrar damlayacağı için abdest bozulur ve kılınacak namaz sahih olmaz.

Sıvazlama Metodu

İstibrâ için yapılan sıvazlama metodu söyle uygulanır:

İdrar yaptıktan sonra biraz beklenilir. Bu arada İstincâ (büyük abdestten sonra temiz-

lenme) yapılır. İstincâ daima istibrâdan önce yapılmalıdır. Çünkü İstincâda taharetlenirken refleks olarak, mesane çıkışı büzücü kası gevşer ve bir miktar idrar tekrar idrar kanalına geçer. Böylece daha önce istibrâ ile boşaltılan idrar kanalı yeniden idrar ile dolar. Sonra bir iki defa öksürülür. İbn Âbidîn der ki: "Öksürmekle boğaz damarlarından mesaneye kadar uzantıları vasıtasıyla buraları harekete geçirir ve kalıntı idrarı dışarı atar."

Öksürmekle karın kasları kasılır mesaneye baskı artar; idrar kalıntıları dışarı atılır.

Bundan sonra sol elin işaret orta ve yüzük parmakları orta parmak hafif ileride olacak şekilde makattan (dübür) itibaren öne doğru erkeklik torbasının arka ve altına kadar, orta hatta baskı ile sıvazlanır. İşaret ve yüzük parmakları yanlardan kanalı sıkıştırarak orta parmağa yardımcı olur. Dolayısıyla işeme kanalındaki artık idrar tenasül organına geçirilir.

İkinci kademede tenasül uzvu kökünden idrar çıkış deliğine kadar parmak uçları torbanın arka yüzündeki işeme kanalını kavrayarak tazyikle ileri doğru sıvazlanır.

En son olarak tenasül uzvunun baş kısmı, baş ve işaret parmağı ile sıkılır ve kalıntı idrar damlaları dışarı atılır. Bu işlem bir kaç defa tekrar edilir ve idrar çıkış deliği su ile yıkanıp tuvalet kâğıdı ve benzeri bir şey ile kurutulur.

Artık tenasül uzvuna el vurulmaz. Çünkü refleks olarak idrar, mesaneden idrar kanalına geçebilir. Bu da damlamaya sebebiyet verir.

İstibrâ bitmiştir. İdrar damlaması olmaz, zira işeme kanalı boştur. Şeytanın vesvesesine aldanmak doğru değildir. Kanalda idrar kalmamıştır. Bu nedenle idrar damlaması da olmayacak demektir. Artık tuvaletten çıkılıp gönül rahatlığı ile abdest alınıp, namaz kılınabilir (Dr. Ali Hatay-İstibrânın Tıbbî Yönden İncelenmesi).

Beklemek Suretiyle

İstibrâ usullerinden biri de beklemektir. İstibrâsında biraz dikkatli olan herkes az çok kendi halini; idrarının kesilip kesilmediğini bilir, anlar. Bekleyerek istibrâ yapmadaki süre ortalama beş on dakika kadardır. Ancak bu süre çeşitli durumlara göre -özellikle yaşa göre- değişir.

İstibrâ meselesine çok dikkat etmelidir. Nice kimseler bundan habersizdir. Gerekli istibrâ olmadan abdest almak caiz olmaz. Zira daha evvel de bahsettiğimiz gibi idrar sızıntısı gelebilir.

Özür sahipleri (idrar sızıntısı olanlar) için bu süre biraz daha artabilir. Aşırı beklemek ise vesveseden kaynaklanır. Buna sebebiyet vermek diğer ibadetlerde de vesveseli olmaya neden olabileceğinden vesveseyi yenmeye azamî çaba göstermek gerekir.

Yürümek ve hareket etmek suretiyle istibrâ yapmak da mümkündür. Esasen istibrâ herke-

sin kendi durumuna, yaşına ve âdetine göre değişir. Kişi kendisine en kolay ve en faydalı olan şekliyle istibrâ yapar.

Vesvese'den Kurtulmak İçin...

Yukarıda zikrettiğimiz istibrâ usulleri kişinin idrarını tamamen kesilmesi bakımından yeterlidir. Ancak bazı kişiler aşırılığa kaçarak idrarının kesilmediği vesvesesine kapılırlar ve abdestini bozduktan sonra istibrâ yapmak maksadıyla tuvalette ya da dışarıda uzun süre beklerler, yürürler, hatta bu yüzden de cemaati bile kaçırırlar. Eğer böyle kişilerde gerçekten bir rahatsızlık varsa idrar tahlili yaptırması ve tıbbî bir rahatsızlık tespit edildiğinde tedavi görmeleri gerekir.

Şayet tıbbî bir rahatsızlıkları yoksa o zaman bu kişilerin rahatsızlıkları vesveseden kaynaklanıyor demektir. Bu durumda yapılacak iş, Hz. Peygamber'in sünnetine ve onun yaptığı uyarılara uymak olacaktır.

Nitekim Hz. Peygamber (s.a.v), *"Cebrâil (bana) geldi ve, 'Ey Muhammed! Abdest aldığında (avucuna biraz) su alıp (avret mahalline) serp.' dedi"* (Tirmizî) buyurmuştur.

İbn Mâce'nin rivayetinde de, *"Cebrâil bana abdesti öğretti ve abdest aldıktan sonraki çıkacak idrardan (şüphesinden) dolayı elbisemin altına su serpmemi emretti"* (İbn Mâce) buyrulmaktadır.

Hz. Peygamber'in (s.a.v) de, abdest aldıktan sonra avucuna biraz su alarak avret mahalline serptiği, başkasına da bu şekilde yapmasını emrettiği rivayet edilmektedir. İşte vesvese sahibi kişiler Resûlullah'ın (s.a.v) tavsiye ettiği bu metodu kullanarak vesveselerinden kurtulabilirler.

İSTİBRÂDA NELERE DİKKAT EDİLMELİDİR

Ayakta Bevletmemek

Tuvalet adaplarından biri de çömelerek bevletmektir. Nitekim Resûlullah'ın (s.a.v) sünneti de bu yöndedir. Ayakta bevletmek dinen mekruh olarak görülmüştür. Bunun yanında tıbben de birçok sakıncası tespit edilmiştir. Erken yaşta prostat hastalığına yakalanma, idrar yolları iltihapları sadece birkaç örnektir.

Ebû Hüreyre (r.a) anlatıyor: Resûl-i Ekrem'le (s.a.v) birlikte yürüyorduk. İki mezarın yanına geldik. Resûlullah bu mezarların yanında durdu. Biz de durduk. Resûlullah'ın (s.a.v) rengi değişti, benzi parardı. Bizler,

“Ey Allah’ın Resûlü, neler oluyor?” diye sorduk. Resûl-i Ekrem (s.a.v),

“*Benim duyduklarımı duymuyor musunuz?*” diye sordu. Bizler,

“Neler duyuyorsunuz?” dedik. Resûl-i Ekrem (s.a.v),

“*Bu iki mezarda yatan erkekler şiddetle azap olunuyor; cezalandırılıyorlar. Bu azap, kaçınıp korunması kendileri için çok kolay ya da aslında büyük oldukları halde kendilerince küçük sanılan iki günah sebebiyledir*” buyurdu.

“Ey Allah’ın Resûlü! O iki günah hangisidir?” diye sorduk.

“*Bunlardan biri idrarından sakınmaz (sıçrantılara önem vermez), diğeri ise dili ile insanlara eziyet eder, söz gezdirirdi*” buyurdu (ez-Zevâcir).

Nebî (s.a.v) bir diğer hadislerinde, *“Kabir azabının çoğunluğu idrardandır (ondan korun-*

mama sebebiyledir). O halde üzerinize idrar sıçratmayın" buyurmuşlardır (Heysemî).

Câbir b. Abdullah (r.a) der ki: "Resûlullah (s.a.v) ayakta bevletmeyi yasaklamıştır."

Çömelerek İdrar Yapmanın Yararları

Kişi haceti için çömelince karın kasları kasılır ve dizler karna baskı yapar. Buna paralel olarak mesanede (idrar torbası) baskı altında kalır. Bu şekilde idrarını yapan kişi mesanesindeki ve idrar yollarındaki bütün idrarını dışarı boşaltır. İdrarın bu şekilde yapılması idrar yolları ve mesane taşlarının oluşmasını önlediği gibi prostat hastalığı olanlarda şikâyetlerin azalmasına neden olur.

Çömelerek idrar yaparken mesanenin tam boşalması ve def-i hacetin kolaylaşması için hafif sola meyledilmelidir.

Ayakta yapılan idrar az çok bir miktar idrarın mesanede kalmasına neden olur. Bu kalan

idrar, başta taş ve iltihap olmak üzere birçok idrar yolu hastalıklarının ana sebeplerinden bir tanesidir. Özellikle yaşlılarda daha da çok önem kazanır. Zira yaşlılarda mesane adeleleri gevşektir; idrarlarını tam boşaltamazlar. Bir de buna ayakta bevletme eklenince mesanelerinde daha çok idrar birikir; dolayısıyla birçok rahatsızlığa davetiye çıkar.

Şayet çömelerek bevletme, genç yaşlardan itibaren terk edilirse daha orta yaşlara gelinmeden, mesanede taş birikmesi, idrar yolları iltihaplanması gibi birçok hastalık ortaya çıkar. Ne var ki Resûlullah (s.a.v) bunun tedavisini asırlar öncesinden haber vermiştir: Çömelerek bevletmek…

Dikkat Edilmesi Gerekenler

Bevleden kişi selâm vermez, verilen selâmı almaz. Ancak hacetini bitirdikten sonra alır. Aksırana, "Yerhamukellâh" şeklinde mukabelede bulunmaz. Ayrıca, meyveli ağaçların dibi-

ne, hayvan kovuklarına ve böcek yuvalarına bevletmek de mekruhtur.

Mevlânâ Sa'deddin-i Kâşgarî'den....

Zâhir ve Bâtın Edeplerine Uymak

Mevlânâ Sa'deddin-i Kâşgarî bir gün müridlerine hitaben şöyle buyurdu:

"Ey dostlar! Biliniz ki Hak Teâlâ bu azamet ve ululuğuyla size çok yakındır. Bu inancı koruyunuz. Her ne kadar bu mâna şimdilik sizce malûm değilse de yine de yalnızlıkta ve toplulukta daima bu edebe riayet etmelisiniz. Evinizde yalnız iken bile ayaklarınızı uzatmayınız. Helâya girdiğinizde hayânızı muhafaza ediniz. Orada başınız aşağıda ve gözünüz yumuk bir vaziyette oturarak ihtiyaç gideriniz.

Zahirde ve bâtında, gizlide ve açıkta Hak Teâlâ'ya karşı doğruluktan ayrılmayınız. Bu edebi hiç terketmeyiniz. Çünkü bu mana birden değil, aşama aşama malûm olur. Sürekli

kendinizi zahir ve bâtın edepleriyle süslemeye gayret ediniz. Zahir edepleri İslâm'ın emir ve yasaklarına uymak, daima abdestli olmak, bol bol istiğfar etmek, az konuşmak, bütün işlerde ihtiyatı elden bırakmamak ve önceki büyüklerin eserlerini okuyup istifade etmektir.

Bâtın edeplerini muhafaza ise özü itibariyle çok güçtür. En önemlisi ağyar hatıralarının gönüle yerleşmesine engel olmaktır. Gönüle gelen hatıra gerek hayır olsun, gerekse şer olsun, farketmez. Zira her ikisi de Hak Teâlâ'ya perde olması açısından aynıdır."

Hamdolsun Âlemlerin Rabbi yüce Allah'a.



Bu kitapçık,

Beden temizliğinin en önemli bölümünü oluşturan kirlerden arınma (necasetten taharet) konusunu herkesin anlayacağı bir dille açıklıyor.

Küçük ve büyük abdest bozmadan sonraki usul, öncesinde ve sonrasında okunacak dualar ve dahası bu kitapçıkta.









ISBN 978-605-5455-61-3